भूपेन्द्र नारायण मंडल विश्वविद्यालय

लालूनगर मधेपुरा

बुजुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता, सुरक्षा एवं पर्यावरण का मनोवैज्ञानिक अध्ययन

पी-एच0 डी0 उपाधि हेतु शोध प्रस्ताव समर्पित

शोधार्थी

लवली कुमारी

रोल न.-02/23

सत्र-2023

पी-एच0 डी0 पंजीकरण हेतु

मनोविज्ञान (सामाजिक विज्ञान संकाय)

स्नातकोत्तर मनोविज्ञान विभाग, उत्तरी परिसर,

भूपेन्द्र नारायण मंडल विश्वविद्यालय, मधेपुरा

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

परिचय

दुनिया भर में वृद्धों की आबादी तेजी से बढ़ रही हैं। बुढ़ापा एक स्वाभाविक प्रकिया है और सभी को इसका स्वागत करना चाहिए। आज वृद्धों की बढ़ती आबादी उनकी शारीरिक और मनोवैज्ञानिक जरूरतों के संबंध में अर्न्तराष्ट्रीय समुदाय के सामने एक बड़ी चुनौती पेश कर रही है। विभिन्न संक्रामक रोगों और मनोवैज्ञानिक समस्याओं के प्रति संवेदनशीलता बढ़ी है। आम तौर पर यह पाया जाता है कि वृद्धावस्था में लोगों की गतिशीलता और प्रमुख गतिविधियों को करने में कई समस्याओं का सामना करना पड़ता है। दर्द जैसी कई बिमारियों के कारण उन्हें दूसरों पर निर्भर रहना पड़ता हैं, उन्हें स्वास्थ्य देखभाल करने से वंचित रखा जाता है। संयुक्त परिवारों का चलन कम हुआ है और बुजुर्गो को बुढ़ापे में अपने बच्चों के बिना अकेले रहना पड़ता है। जिससे कई मनोवैज्ञानिक समस्याएँ पैदा होती है।

बर्न्स और गुड़विन (1997) कहते है कि बढ़ापा " प्रतिरक्षा प्रणाली के कई क्षेत्रों में गिरावट से जुड़ा है अमेरिकन एसोसिएशन ऑफ रिटायर्ड पर्सन्स (1998) के अनुसार 60 वर्ष से अधिक आयु के व्यक्ति वर्तमान में अर्न्तराष्ट्रीय स्तर पर जनसंख्या का सबसे तेजी से बढ़ता हुआ वर्ग है और दुनिया के कुछ हिस्सों में 80 वर्ष के अधिक आयु के व्यक्ति सबसे तेजी से बढ़ने वाली पीढ़ी का प्रतिनिधित्व करते है। एडवर्डस (2002) की एक रिपोर्ट के अनुसार 1970 से 2025 के बीच वृद्धों की जनसंख्या में 380 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। विश्व स्वास्थ्य संगठन 2025 की रिपोर्ट के अनुसार 60 वर्ष से अधिक आयु

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

के कुल 1000 बिलियन लोग हैं और 2050 तक यह आकड़ा दोगुना होने की उम्मीद हैं सभी समाजों में बुजुर्गों की संख्या में महिलाएँ पुरूषों से अधिक होती है।

बुजुर्गों के उम्र बढ़ने के साथ आनुवांशिक और पर्यावरणीय दोनों कारणों का प्रभाव पड़ता है जिनमें जीवनशैली, खान-पान की पसंद, शारीरिक गतिविधियाँ और बीमारियों शामिल हैं। कई विकलांगताएँ और जानलेवा बिमारीयों उम्र बढ़ने की प्रक्रिया से जुड़ी होती है।

वृद्धों लोगों द्वारा बताई गई सामान्य शारीरिक और मनोवैज्ञानिक समस्याएँ है, चिन्ता विकार आक्रमकता, अवसाद, आत्महत्या, उपेक्षा, दर्द, अनिद्रा, मल-मूत्र त्याग संबंधी विकार, उच्च रक्तचाप, गठिया, मधुमेह, दृष्टि कमजोर होना, थकान, मोटापा आदि प्रमुख है।

कार्सटन सेन एवं अन्य (2011) चार्ल्स एवं अन्य (2010) ने अपने अध्ययन में पाया कि साकारात्मक भाव व्यक्ति की उम्र के साथ-साथ बढ़ता है। तथा नाकारात्मक भाव घट्ता जाता है। गालडोना एवं अन्य (2011) के अनुसार संवेगात्मक वृद्धि का बुजुर्गो में महत्वपूर्ण स्थान है। चांद्रमोलेश्वर प्रसाद (2016) ने अपनी पुस्तक "वृद्धावस्था विमर्श" में तथा डॉ. जकिया रफत की पुस्तक "वर्तमान परिपेक्ष्य में परिवारों में वृद्धों की स्थिति" जयकिला (1960) ने अपने पुस्तक "बुजुर्गो का सामाजिक समायोजन में संवेगात्मक एवं अकेलापन" पर विस्तृत विवेचना प्रस्तुत किया है।

Kerwin.K.C (1999) की पुस्तक "सेवानिवृत दवाब" एवं Portnoi, V.A. (1983) "सेवानिवृत दबाव में बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य" के बारे में विस्तृत वर्णन प्रस्तुत किया गया है।

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

बुजुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य पर प्रमुख प्रभाव चिन्ता का पाया जाता है। चिन्ता तीव्र घबराहट है जो काम करने की क्षमता में बाधा डालती है। हर कोई चिन्ता का अनुभव करता है। बुजुर्गों में पैनिक डिसआर्डर, जुनुनी बाध्यकारी विकार बार-बार अवांछित विकार, अभिघातज तनाव विकास, चिड़चिड़ापन, गुस्सा, विचलित महसूस करना, सामान्यीकृत चिन्ता विकार, वृद्ध लोगों में बहुत आम है।

बुजुर्गों को अपनी सुरक्षा की चिन्ता अव्यधिक सताती रहती है। Action और Alder 1995 के अनुसार वृद्धों के साथ दूर्यव्यहार किसी भी रिश्ते में जहाँ विश्वास की अपेक्षा होती है। एक बार या बार-बार होनेवाला कृत्य या उचित कार्यवाही का आभाव है जिससे वृद्ध व्यक्ति को नुकसान या परेशानी होती हैं वृद्धों के साथ दुव्यवहार और मार-पीट तथा खान-पान के कारण सुरक्षा नहीं मिल पाती है। बुजुर्गों में शारीरिक, सामाजिक एवं मनोवैज्ञानिक समस्याओं के कारण सुरक्षा की भावना का आभाव पाया जाता है।

जॉर्ज स्टैनले हॉल (2020) ने अपनी पुस्तक 'द लास्ट हॉफ ऑफ लाइफ' में वृद्धावस्था व्यक्ति की मानसिक स्थितियों का वर्णन किया है।

''वृद्धावस्था और मानसिक समस्याएँ'' पुस्तक लेखक, डॉ. फणि भूषण दास, ''वृद्धास्था का सच'' पुस्तक के लेखिका विमला दास, ''वृद्धास्था की दस्तक'' पुस्तक के लेखिका सीमा दीक्षित में बुजुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता सुरक्षा एवं पर्यावरण के प्रभावों के बारे में विस्तृत वर्णन किया गया है।

बुजुर्गों के मानसिक स्वास्थ्य पर पर्यावरण का काफी प्रभाव पड़

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

रहा है। वायु प्रदुषण, जल प्रदुषण, भूमि प्रदुषण के कारण बुजुर्गो का स्वास्थ्य प्रभावित होता जा रहा है। शिकागो विश्वविद्यालय के एनर्जी पॉलिसी इन्स्टीचूट की ओर से 2025 में जारी रिपोर्ट के अनुसार प्रदुषण भारत में मानव स्वास्थ्य के लिए सबसे बड़ा खतरा है। भारत के मैदानी इलाकों में रहनेवाले 40 प्रतिशत भारतीयों की उम्र वायु प्रदुषण के कारण 7-6 साल कम हो रही है। हेल्प ऐज इण्डिया 2025 की रिपोर्ट के अनुसार पारिवारिक एवं सामाजिक पर्यावरण का बुजुर्गो के स्वभाव पर अत्यधिक प्रभाव पड़ता है।

उदेश्य

इस शोध कार्य का उदेश्य है कि बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता, सुरक्षा एवं पर्यावरण का अध्ययन कर उसके परिणाम के आधार पर परिवार के सदस्यों को बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता, सुरक्षा एवं पर्यावरण का पड़ने वाले असर के उपाय बताकर उनके मानसिक स्वास्थ्य को ठीक रखने एवं बुजुर्गो के देखभाल के लिए सुझाव दिया जा सके तथा सरकार एवं स्वयंसेवी संगठन का ध्यान आकृष्ट कर नियम बनाने एवं जागरूकता फैलाने में मदद पहुँचाने के लिए सुझाव प्रेषित किया जा सके।

परिकल्पना

1. बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता का प्रभाव नाकारात्मक पड़ता है।
2. बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर सुरक्षा का साकारात्मक प्रभाव पड़ता है।
3. बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर चिन्ता का साकारात्मक प्रभाव

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

पड़ता है।

4. बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य पर पर्यावरण का प्रभाव पड़ता है।

अध्ययन क्षेत्र एवं अध्ययन विधि

(क) **अध्ययन क्षेत्र**–60 से 75 वर्ष की आयु के 200 पुरूष एवं 200 स्त्री कुल–(N=400) का चयन मधेपुरा जिला के मुरलीगंज प्रखण्ड के लोगों का रैडम प्रतिदर्श से कर शोध कार्य के लिए उपयोग में लाया जाएगा।

(ख) **अध्ययन विधि**–अध्ययन विधि के रूप में निम्न विधि एवं उपकरण का उपयोग किया जाएगा।

- ♦ लेस्टर एवं फॉल्केडर द्वारा निर्मित ऐजिंग ऐंगजाइटी स्केल (1993)
- ♦ गैरी टी. रोकर द्वारा निर्मित सेक्सेसफूल ऐजिंग स्केल (2009)
- ♦ ब्रोडर्स ए.फ. ग्रेव्रीन एम. द्वारा निर्मित पर्यावरण जागरूकता मापनी प्रश्नावली (2018)

ऑकड़ों का संग्रह

अपने शोध कार्य के लिए उपर्युक्त अध्ययन विधि में से मधेपुरा जिला अन्तर्गत कुमारखण्ड, मुरलीगंज एवं अन्य प्रखण्ड के लोगों से सम्पर्क कर ऑकड़ो का संग्रह किया जाएगा।

ऑकड़ों का विश्लेषण एवं परिणाम

अपने इस शोध कार्य के लिए ऑकड़ों के संग्रह के वाद ऑकड़ों का विश्लेषण हेतु सांख्यिकी प्रविधि अन्तर्गत माध्य, एस. डी. सहसंबंध तथा एनोवा का इस्तेमाल कर निष्कर्ष पश्चात परिणाम की व्यख्या किया

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

<u>अध्यायीकरण</u>

शोध कार्य को सम्पन्न करने के लिए विभिन्न अध्यायों में बॉंटा जाऐगा।

अध्याय 1 – परिचय

अध्याय 2 – साहित्य की समीक्षा

अध्याय 3 – शोध प्रणाली

अध्याय 4 – परिणाम एवं विवेचना

अध्याय 5 – निष्कर्ष एवं सुझाव

संदर्भ सूची अनुसूची

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner

संदर्भ सूची

1. विमला दास (2019) – "वृद्धावस्था का सच"
2. चन्द्रॉलेश्वर प्रसाद (2016) – "वृद्धावस्था विमर्श"
3. जाकिया रफत (2018) – "वर्तमान परिप्रेक्ष्य में "वृद्धो की स्थिति"
4. जॉर्ज स्टैनले हॉल (2020) – "द लास्ट हॉफ ऑफ लाइफ"
5. जया किला (960) – बुजुर्गो का सामाजिक समायोजन
6. केविंग, के. सी. (1999) – सेवानिवृत दबाव
7. पोर्टनोई, भी. ए. (1983) – सेवानिवृत दबाव में बुजुर्गो का मानसिक स्वास्थ्य
8. फणि भूषण दास (2023) – वृद्धावस्था और मानसिक समस्याएँ।
9. सीमा दीक्षित (2016) – वृद्धावस्था की दस्तक

Lovely Kumari

Scanned with OKEN Scanner